

徳島 徳島赤十字病院

<自慢のメニュー>

料理名: ふわふわお好み焼き

当院の栄養課は、”食べたいときに食べたいものを”をモットーとしています。化学療法で食欲が落ちた患者様に対しても、「なごみニュー」という喫茶店のようなメニューを用意して聞き取りを行い、その中から何品でも、提供時間ぎりぎりまで受け付けています。その中で、やはり関西に近い徳島県民ですので、お好み焼き、たこ焼き、焼きそばといったソース味のメニューはどの年代にも人気があるメニューです。口内炎などで肉やイカといった硬いものが食べられない患者様にも、このシフォンケーキの作り方を応用したふわふわお好み焼きなら無理なく食べていただけます。



卵	35 g
薄力粉	8 g
だし汁	13 g
キャベツ	30 g
人参	10 g
大豆水煮	15 g
ベーキングパウダー、 ソース、青のり	

<作り方>



①キャベツは1cm幅、
人参は千切りにする



②①を圧力鍋で柔らかくな
るまで加熱し水分を切る



③水煮大豆はざるに
上げて水分を切る



④卵黄、だし汁、②、
③、薄力粉、ベーキング
パウダーを混ぜ合わせる



⑤卵白をメレンゲに
して、④に3回に分け
て混ぜ合わせる



⑥⑤を鉄板に流し140℃の
オーブンで40～50分焼く。
ソース、青のりをかけ完成